



Chorizo-Rucola-Salat

mit Süßkartoffeln und Kirschtomaten

 30-40min  3-4 Personen

Kartoffelsalat mal anders: Bunt und lecker kombinierst du Süßkartoffel, Paprika und Zwiebel mit leckerer Chorizo und backst alles im Ofen, wo sich die Aromen perfekt entfalten können. Serviert wird der Salat dann mit frischen Kirschtomaten und würzigem Rucola sowie einem mit Knoblauch verfeinerten Dressing. Lasst es euch schmecken!

Was du von uns bekommst

- 2 Süßkartoffeln
- 1 rote Paprika
- 3 gelbe Paprika
- 2 rote Zwiebeln
- 1 Packung Chorizo ⁷
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Packung Kirschtomaten
- 1 Päckchen Cayennepfeffer
- 1 Packung Rucola

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech
- Sparschäler

Vergiss nicht, dein Gemüse gründlich zu waschen. Besonders in grünem Blattgemüse und Salaten können kleine Steinchen enthalten sein.

Allergene

Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 590.0kcal, Fett 34.7g, Eiweiß 20.8g, Kohlenhydrate 43.6g



1. Süßkartoffeln schneiden

Den Backofen auf 220°C Umluft (240°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Süßkartoffeln** schälen, der Länge nach halbieren und in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden.



4. Gemüse rösten

Die **Süßkartoffeln**, die **Paprika** und die **Zwiebeln** mit der **Chorizo** auf ein Backblech geben und alles gut mit 1-2EL Olivenöl sowie Salz und Pfeffer mischen. Im Ofen 20-25Min. rösten.



2. Paprika schneiden

Die **Paprika** vierteln, entkernen und in 2-3cm breite Streifen schneiden. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden.



5. Dressing anrühren

Den **Knoblauch** schälen, fein hacken und mit 2-3EL Olivenöl sowie 2EL Essig zu einem **Dressing** verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Die **Kirschtomaten** halbieren.



3. Chorizo schneiden

Die **Chorizo** in mundgerechte Stücke schneiden.



6. Gemüse würzen

Das **Gemüse** mit dem **Dressing** und **Cayennepfeffer nach Geschmack** würzen und mit den **Kirschtomaten** vermengen. Die **Rucolastiele** abschneiden und die **Rucolablätter** kurz vor dem Servieren vorsichtig unter den **Salat** heben und servieren.